

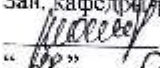
**Государственное образовательное учреждение
«Приднестровский государственный университет им. Т. Г. Шевченко»**

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра Физическая реабилитация и оздоровительные технологии

УТВЕРЖДАЮ

Зав. кафедрой разработчика

 Мазур Е.А.
" 08 " 09 2024 г.

Фонд оценочных средств

по дисциплине

**Теоретико-методологические основы адаптивной физической культуры
на 2024/2025 учебный год**

Направление:

**7.49.03.02. Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)**

Профиль:

Физическая реабилитация

квалификация выпускника:

магистр

форма обучения

очно-заочная

ГОД НАБОРА 2023

 Разработал:
доцент, Михнева А.Г.

Тирасполь, 2024

Государственное образовательное учреждение
«Приднестровский государственный университет им. Т. Г. Шевченко»

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра физической реабилитации и оздоровительных технологий

Итоговый тест к зачету

Выберите только один правильный ответ

1. Что представляет собой адаптивная физическая культура?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. разновидность фитнеса для пожилых
2. система физического воспитания лиц с ограниченными возможностями здоровья
3. подготовка спортсменов к соревнованиям

2. Главная цель адаптивной физической культуры?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. достижение высоких спортивных результатов
2. реабилитация и интеграция людей с ОВЗ
3. похудение и повышение выносливости

3. Что входит в структуру адаптивной физической культуры?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. только лечебная физкультура
2. образование, спорт, реабилитация, рекреация
3. туризм и экскурсии

4. Принцип индивидуализации в АФК означает?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. индивидуальное медицинское обследование
2. подбор программ с учетом особенностей человека

3. проведение занятий один на один

5. Кто является объектом адаптивной физической культуры?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. спортсмены
2. здоровые взрослые
3. лица с ограниченными возможностями здоровья

6. Какой метод чаще всего применяется в АФК?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. метод строго дозированной нагрузки
2. метод форсированных тренировок
3. метод рекордов

7. Какой из документов регулирует правовые основы АФК в РФ?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. трудовой кодекс
2. федеральный закон «О физической культуре и спорте»
3. уголовный кодекс

8. Что такое адаптация в контексте АФК?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. упрощение тренировок
2. приспособление организма к условиям и нагрузкам
3. смена спортивной специализации

9. Какой вид спорта является адаптивным?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. футбол
2. плавание среди лиц с нарушением зрения
3. шахматы

10. Что включает в себя реабилитационная направленность АФК?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. только физические упражнения
2. комплексное восстановление с учетом медицинских и социальных факторов
3. питание и режим сна

11. В чем заключается педагогическая задача АФК?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. подготовка к сдаче нормативов
2. формирование физической культуры личности с учетом особенностей
3. тренировка выносливости

12. Инклюзивное образование в контексте АФК — это?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. раздельное обучение детей с инвалидностью
2. обучение только в домашних условиях
3. совместное обучение и занятия всех детей

13. Какой принцип лежит в основе методологии АФК?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. индивидуализация
2. унификация
3. массовость

14. Кто отвечает за развитие адаптивного спорта в РФ?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. Министерство культуры
2. Паралимпийский комитет России
3. Роспотребнадзор

15. Что означает термин «социальная интеграция» в АФК?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. помощь в обучении профессиям
2. включение человека с ОВЗ в активную жизнь общества
3. закрытие от внешнего мира

16. Что такое «адаптивный спорт»?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. легкий фитнес
2. спортивная деятельность для людей с ОВЗ
3. альтернатива профессиональному спорту

17. Кто разрабатывает индивидуальные программы по АФК?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. психолог
2. учитель физкультуры
3. специалист по адаптивной физической культуре

18. Какова роль психологии в АФК?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. мотивация к спорту
2. помощь в преодолении барьеров и адаптации
3. контроль за нагрузками

19. Какой возрастной категории не касается АФК?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. дошкольники
2. пожилые
3. только профессиональные спортсмены

20. Основная форма проведения занятий в АФК — это?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. семинары
2. индивидуальные и групповые физические упражнения

3. теоретические лекции